

2.037 Nátierka sójová s kečupom 100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
Hmotnosť v kg, 1, ks								
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
sója	0,50	0,50	0,60	0,60	0,70	0,70	0,80	0,80
maslo	0,80	0,80	1,00	1,00	1,20	1,20	1,50	1,50
kečup jemný	0,10	0,10	0,20	0,20	0,20	0,20	0,30	0,30
soľ	0,03	0,03	0,04	0,04	0,05	0,05	0,06	0,06
sójová omáčka			0,10	0,10	0,10	0,10	0,15	0,05
mlieko	0,10	0,10	0,15	0,15	0,15	0,15	0,20	0,20
hmotnosť porcie v g	20		26		32		40	

Výrobný postup

Sóju preberieme, umyjeme a uvaríme do mäkka. Uvarenú pomelieme, pridáme k vymiešanému maslu.

Dochutíme kečupom u skupiny B, C a D sójovou omáčkou a soľou. Rozriedime mliekom a dobre vyšľaháme.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B ₁	B ₂	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	345	83	1,88	7,6	0,0	1,5	0,8	16,9	0,5	0,04 ₃	0,1	0,0	0,1	0,0
B	432	104	2,37	9,4	0,0	2,0	0,9	21,5	0,6	0,05 ₄	0,1	0,0	0,2	0,0
C	512	123	2,73	11,3	0,0	2,3	1,1	24,6	0,7	0,06 ₄	0,1	0,0	0,2	0,0
D	628	151	3,19	13,9	0,0	2,8	1,2	29,3	0,8	0,08 ₀	0,1	0,0	0,3	0,0